Jurnal Abdi Kesehatan dan Kedokteran (JAKK), Vol. 2, No. 2, Juli 2023
p-ISSN: 2962-8245 | e-ISSN: 2962-7133

Original Article

Peningkatan Pengetahuan Melalui Pendidikan Kesehatan Hidup Sehat Mencegah Komplikasi Diabetes Di Kelompok Prolanis "SEHATI" Puskesmas Nganjuk

Increasing Knowledge Through Health Education Healthy Living Prevents Diabetes Complications in the Prolanis Group "SEHATI" Nganjuk Health Center

Henny Purwandari[1], Byba Melda Suhita[2]

[1] Program Doktor Kesehatan Masyarakat Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia
[2] Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia, Jawa Timur

*Email Korespondens: henny.sbn18@gmail.com

ABSTRAK

Pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup penderita penyakit tidak menular sehingga mampu mandiri dalam perawatan penyakitnya dan mencegah terjadinya komplikasi. Pada penderita diabetes sudah banyak upaya pencegahan primer, sekunder maupun tersier yang dilaksanakan namun masih ada ada kendala dalam pelaksanaan program salah satunya disebabkan kurangnya kesadaran masyarakat dalam mematuhi tatalaksana program pengobatan yang telah ditetapkan. Program pengelolaan penyakit kronis yang dilaksanakan oleh pemerintah bertujuan mendorong masyarakat peserta jaminan Kesehatan nasional kartu Indonesia sehat khususnya hipertensi dan diabetes agar bisa mencapai kualitas hidup optimal dan mencegah timbulnya komplikasi. Prolanis adalah sistem pelayanan Kesehatan yang dilakukan dengan pendekatan proaktif secara terintegrasi yang melibatkan peserta, fasilitas Kesehatan dalam rangka pemeliharaan Kesehatan. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan memberikan pendididikan Kesehatan kepada kelompok Prolanis "Sehati" di Puskesmas Nganjuk dengan sasaran 60 anggota kelompok prolanis sehati dengan materi Hidup Sehat mencegah komplikasi Diabetes. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini melalui presentasi materi, tanya jawab dan diskusi serta memberikan kuesioner untuk menilai pengetahuan penderita diabetes. Hasil yang didapatkan dari Pendidikan Kesehatan yang dilaksanakan adalah adanya peningkatan pengetahuan peserta prolanis sebesar 30% untuk kategori baik untuk pengetahuan kategori cukup mengalami penurunan 16.7% dan kategori kurang mengalami penurunan sebesar 13.3%. Kegiatan Pendidikan Kesehatan pada kelompok prolanis ini mendapatkan dukungan penuh dari pengelola program dan antusias yang tinggi pula dari peserta kelompok prolanis untuk meningkatkan pengetahuan dan pencegahan komplikasi pada diabetes

Kata Kunci: Diabates Melitus, Hidup Sehat, Mencegah Komplikasi

ABSTRACT

Prevention and control of non-communicable diseases aims to improve the quality of life of people with non-communicable diseases so that they are able to be independent in treating their illnesses and prevent complications. In diabetics, many primary, secondary and tertiary prevention efforts have been implemented, but there are still obstacles in implementing the program, one of which is due to the lack of public awareness in complying with the management of predetermined treatment programs. The chronic disease management program implemented by the government aims to encourage people participating in the National Health Insurance Card to be healthy, especially for hypertension and diabetes, so they can achieve optimal quality of life and prevent complications. Prolanis is a health service system that is carried out with a proactive approach in an integrated manner involving participants, health facilities in the framework of health maintenance. This Community Service activity was carried out by providing health education to the "Sehati" Prolanis group at the Nganjuk Health Center with a target of 60 members of the same heart prolanis group with Healthy Living material preventing Diabetes complications. The method used in this activity is through presentation of material, question and answer and discussion as well as giving a questionnaire to assess the knowledge of people with diabetes. The results obtained from the Health Education carried out were that there was an increase in the knowledge of the prolanis participants by 30% for the good category, for the sufficient category of knowledge, it decreased by 16.7% and for the less category, it decreased by 13.3%. Health education



activities in the prolanis group received full support from program managers and high enthusiasm from the prolanis group participants to increase knowledge and prevent complications in diabetes.

Keywords: Diabetes Mellitus, Healthy Living, Preventing Complications

Submit: 15 Juni 2023| Revisi: 13 Juli 2023 | Diterima: 20 Juli 2023 | Online: 21 Juli 2023
Sitasi: Purwandari, H., & Suhita, B. M. (2023). Peningkatan Pengetahuan Melalui Pendidikan Kesehatan Hidup Sehat Mencegah Komplikasi Diabetes Di Kelompok Prolanis "SEHATI" Puskesmas Nganjuk. Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran, 2(2), 24–31. https://doi.org/10.55018/jakk.v2i2.37

Pendahuluan

Diabetes Mellitus saat ini menjadi masalah kesehatan utama yang telah mencapai tingkat yang mengkhawatirkan. Saat ini, lebih dari setengah miliar orang hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Secara global prevalensi diabetes mellitus meningkat hingga mencapai 3 kali lipat pada tahun 2030 sesuai yang telah diprediksi oleh World Health Organization (WHO) yang memperkirakan pada tahun 2030 penderita diabetes mellitus akan mencapai 21,3 juta, dan pada tahun 2045 akan mencapai 16,7 juta berdasarkan prediksi dari International Diabetes Fedration (IDF), hal tersebut juga terjadi di Indonesia. Peningkatan kasus diabetes yang cukup tinggi akan diikuti dengan peningkatan biaya perawatan yang tinggi juga. Upaya yang dapat dilakukan untuk menekan tingkat morbiditas dan mortalitas kasus diabetes mellitus adalah dengan melakukan upaya diagnosis dini dan tatalaksana yang komprehendif dengan melibatkan semua sektor dalam upaya mendeteksi penyakit penyerta, komorbit maupun komplikasi dari diabetes mellitus. Upaya penatalaksanaan penderita diabetes mellitus saat ini masih banyak dijumpai kendala baik dari segi pasien/penderita, pelayanan, fasilitas ataupun pembiayaan kesehatan di Indonesia.

Dampak paling besar yang ditimbulkan dari penyakit diabetes mellitus adalah penurunan kualitas sumber daya manusia diikuti dengan peningkatan biaya kesehatan yang cukup tinggi, sehingga kerjasama yang melibatkan semua pihak baik masyarakat dan pemerintah dalam upaya penanggulangan diabetes mellitus terutama upaya pencegahan. Pengelolaan diabetes mellitus diperlukan peran semua tenaga kesehatan baik dokter, perawat, ahli gizi dan tenaga kesehatan lainnya. Upaya tersebut dimulai dari deteksi dini penyakit diabetes, penatalaksanaan, pengelolaan dan pencegahan terjadinya komplikasi yang disebabkan kadar gula darah yang tidak terkontrol, dengan tatalaksana secara komprehensif yang dilakukan pada setiap layanan kesehatan upaya pencegahan komplikasi dapat dicapai dengan maksimal.

Selain kerjasama antar semua tim kesehatan dalam tatalaksana diabetes mellitus, peran pasien dan keluarga penderita diabetes mellitus juga sangat penting hal ini

disebabkan diabetes mellitus merupakan penyakit menahun yang akan diderita seumur hidup. Edukasi kepada pasien dan keluarga untuk memberikan pemahaman mengenai perjalanan penyakit, pencegahan, penyulit dan penatalaksanaan diabetes mellitus menjadi hal yang sangat diutamakan. Peningkatan kapabilitas tenaga kesehatan juga menjadi unsur yang penting dalam penatalaksanaan penderita diabetes mellitus dapat membantu meningkatkan pengetahuan penderita diabetes mellitus tentang penyakitnya dan meningkatkan peran aktif keluarga dan penderita dalam pengelolaan dan pengendalian diabetes mellitus dengan tujuan menekan angka kejadian penyulit diabetes mellitus.

Prolanis adalah suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi yang melibatkan Peserta, Fasilitas Kesehatan dan BPJS Kesehatan dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta BPJS Kesehatan yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien. Tujuan Prolanis adalah Mendorong peserta penyandang penyakit kronis mencapai kualitas hidup optimal dengan indikator 75% peserta terdaftar yang berkunjung ke Faskes Tingkat Pertama memiliki hasil "baik" pada pemeriksaan spesifik terhadap penyakit DM Tipe 2 dan Hipertensi sesuai Panduan Klinis terkait sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit.Sasaran Prolanis adalah Seluruh Peserta BPJS Kesehatan penyandang penyakit kronis (Diabetes Melitus Tipe 2 dan Hipertensi)

Bahan dan Metode

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan memberikan pendididikan Kesehatan kepada kelompok Prolanis "Sehati" di Puskesmas Nganjuk dengan sasaran adalah seluruh anggota kelompok prolanis sehati yang hadir sejumlah 60 orang dengan materi Hidup Sehat mencegah komplikasi Diabetes. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini melalui presentasi materi, tanya jawab dan diskusi serta memberikan kuesioner untuk menilai pengetahuan penderita diabetes sebelum dan sesudah mendapatkan Pendidikan kesehatan. Kegiatan dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan rutin pertemuan kelompok prolanis sehati di puskesmas Nganjuk pada hari Jumat, 17 Maret 2023 mulai pukul 06.30 sampai dengan 09.30 WIB diawali dengan senam lansia, pemeriksaan Kesehatan dan pemberian Pendidikan Kesehatan dengan tema hidup sehat untuk mencegah komplikasi diabetes. Pendidikan Kesehatan merupakan suatu proses edukasi dan pemberian informasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan sikap dan perilaku seseorang maupun kelompok, dengan edukasi atau Pendidikan Kesehatan diharapkan mampu mempengaruhi individu atau kelompok dalam melakukan perilaku Kesehatan untuk mencegah terjadinya komplikasi pada penderita diabetes sehingga kualitas

hidup penderita diabetes lebih optimal. Tahapan kegiatan Pendidikan Kesehatan diawali dengan tahap persiapan yaitu dengan mengajukan permohonan ijin kepada Puskesmas Nganjuk dan pengelola program pengendalian penyakit tidak menular dan prolanis terkait prosedur kegiatan, waktu dan tempat pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan dilakukan dengan memberikan kuesioner untuk menilai pengetahuan anggota kelompok prolanis tentang pengelolaan diabetes, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi, tanya jawab dan diskusi. Tahap evaluasi dilakukan penilaian pengetahuan peserta setelah mendapatkan Pendidikan Kesehatan dan menganalisa hasil yang telah dicapai.



Gambar 1 Sesi pemaparan materi



Gambar 1 Foto Bersama kelompok prolanis sehati

Hasil

Kegiatan Pendidikan Kesehatan diikuti oleh 60 orang peserta kelompok prolanis sehati yang aktif mengikuti kegiatan kelompok prolanis yang diselenggarakan puskesmas Nganjuk. Kelompok prolanis sehati di puskesmas Nganjuk terbentuk sejak tahun 2015 yang secara rutin setiap bulannya menyelenggarakan kegiatan pemeriksaan Kesehatan, edukasi dan konsultasi di puskesmas. Sebelum dilakukan kegiatan edukasi peserta kelompok prolanis mengikuti senam dihalaman puskesmas yang dipimpin oleh instruktur senam yang sekaligus anggota kelompok prolanis. Setelah kegiatan senam selesai peserta istirahat di ruang edukasi, peserta mengisi daftar hadir dan dilakukan pemberian lembar kuesioner pre test untuk mengukur pengetahuan peserta. Kegiatan Pendidikan Kesehatan

dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab selama kurang lebih 40 menit, setelah edukasi selesai dilanjutkan dengan pengisian kuesioner post test. Peserta yang mengisi kuesioner sejumlah 60 orang yang terdiri dari 16 orang laki – laki dan 44 orang perempuan. Berdasarkan hasil pre test dan post test yang telah dilakukan diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 1.1 Hasil Pre Test Pengetahuan angota kelompok prolanis sehati tentang hidup sehat untuk mencegah komplikasi diabetes

Pengetahuan	Jumlah (f)	Prosentase (%)
Baik > 70	20	33.3
Cukup 50 – 70	28	46.7
Kurang < 50	12	20
Total	60	100

Berdasarkan tabel hasil pre test yang dilakukan diperoleh data bahwa dari 60 orang peserta kelompok prolanis sehati di puskesmas Nganjuk 46.7 % sejumlah 28 orang memiliki pemahaman pengetahuan cukup tentang hidup sehat untuk mencegah komplikasi diabetes, sedangkan yang memiliki pengetahuan kurang sejumlah 12 orang atau 20 % dan yang memiliki pengetahuan baik sebesar 33.3 % atau 20 orang.

Tabel 1.2 Hasil Post Test Pengetahuan angota kelompok prolanis sehati tentang hidup sehat untuk mencegah komplikasi diabetes

Pengetahuan	Jumlah (f)	Prosentase (%)
Baik > 70	38	63
Cukup 50 – 70	18	30
Kurang < 50	4	7
Total	60	100

Tabel 1.3 Tingkat pengetahuan peserta kelompok prolanis sehati terhadap hidup sehat untuk mencegah komplikasi diabetes

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	f	%	f	%
Baik > 70	20	33.3	38	63
Cukup 50 – 70	28	46.7	18	30
Kurang < 50	12	20	4	7
Total	60	100	60	100

Berdasarkan tabel hasil post test setelah mendapatkan Pendidikan Kesehatan tentang hidup sehat untuk mencegah komplikasi diabetes terdapat peningkatan pengetahuan peserta kelompok prolanis yaitu peserta dengan kategori pengetahuan baik menjadi 38 orang atau naik 30 % sedangkan peserta kelompok prolanis dengan pengetahuan kurang menjadi 4 orang atau turun 13.3 % demikian pula pada kategori pengetahuan cukup dari 46.7 % berkurang menjadi 30 % atau mengalami penurunan sebesar 16.7 %.

Pembahasan

Pendidikan kesehatan sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman dilaksanakan dengan memberikan pesan dan informasi untuk menanamkan keyakinan agar peserta kelompok prolanis melakukan pola hidup sehat pada penderita diabetes untuk mencegah terjadinya komplikasi baik komplikasi akut maupun kronis. Dari hasil pengolahan dan Analisa data tingkat pengetahuan peserta prolanis sebelum dan setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan terdapat kenaikan pengetahuan atau pemahaman peserta sebanyak 30 % yaitu sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan peserta yang memiliki pengetahuan baik ada 20 orang atau 33.3 % dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang hidup sehat untuk mencegah komplioasi diabetes peserta yang memiliki pengetahuan baik meningkat menjadi 38 orang, sedangkan peserta yang memiliki pengetahuan kurang sejumlah 28 orang sebelum mendapatkan Pendidikan Kesehatan menurun menjadi 18 orang atau sebesar 16.7%, penurunan sebesar 13.3 % juga terjadi pada peserta yang memiliki pengetahuan kurang dari 12 orang menjadi hanya 4 orang dari 60 orang peserta. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan Pendidikan Kesehatan mempengaruhi pengetahuan dan sikap peserta kelompok prolanis sehati di puskesmas Nganjuk.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan Pendidikan Kesehatan hidup sehat untuk mencegah komplikasi diabetes pada peserta kelompok prolanis sehati di puskesmas Nganjuk dapat disimpulkan : Pengetahuan peserta prolanis meningkat sebesar 30 % untuk kategori baik, pengetahuan kategori cukup menurun menjadi 30 % dan pengetahuan kurang menurun menjadi 7%. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan berjalan lancar dengan atusias anggota Prolanis dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan yang sudah direncanakan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat memberikan dampak positif dan penyegaran informasi terkait perawatan dan penatalaksanaan diabetes untuk meningkatkan pengetahuan khususnya anggota kelompok Prolanis "Sehati" di Puskesmas Nganjuk. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan mendapat apresiasi dan dukungan dari Puskesmas dan masyarakat. Peserta kelompok prolanis sehati diharapkan aktif mengikuti program kegiatan prolanis untuk mengendalikan penyakit diabetes yang diderita sehingga tidak terjadi komplikasi dan kualitas hidup penderita diabetes lebih optimal. Kepatuhan dalam menjalankan perawatan dan penatalaksanaan terapi diabetes baik secara farmakologi dan non farmakologi sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup penderita diabetes

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada responden yang telah bekerjasama dalam kegiatan ini, dan juga tempat penelitian yang telah mengijinkan penelitian ini terselenggara.

Konflik Kepentingan

Tidak ada Konflik Kepentingan





Konstribusi Penulis

Seleuruh Penulis melaksanaan pembuatan proposal, proses pengambilan data dan juga pembuatan manuskrip

Referensi

Chatterjee, S., Khunti, K. and Davies, M.J., 2017. Type 2 diabetes. The lancet, 389(10085), pp.2239-2251.

Eliana, F., SpPD, K.E.M.D. and Yarsi, B.P.D.F., 2015. Penatalaksanaan DM Sesuai Konsensus Perkeni 2015. PB Perkeni Jakarta.

HANDAYANI, D., 2019. Hubungan penderita diabetes melitus terhadap kepatuhan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah (Studi Kasus Pasien Rawat Jalan Di Klinik Kitamura Pontianak) (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Pontianak).

Handayani, L. (2020). The Effect Of Environmental Factors On The Events Of Restricted Ardes In Age Children Under Five Years . Journal of Applied Nursing and Health, 2(2 SE-Articles), 51–59. https://janh.candle.or.id/index.php/janh/article/view/93

Hanggi, D. N. (2020). Analysis Of Knowledge And Attitude Of Lung Tb Patients With Anti Tuberculosis Drug Compliance. Journal of Applied Nursing and Health, 2(2), 36–41. https://doi.org/10.55018/janh.v2i2.91

Infodatin, 2020. Tetap Produktif, Cegah, dan Atasi Diabetes Melitus. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Indonesia.

Kalpajar, U.G. and Aris Rakhmadi, S.T., 2018. Aplikasi Pedoman Diet Diabetes Militus Berdasarkan Perkeni 2015 (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Kemenkes RI, 2015. Konsensus Pengelolaan Tuberkulosis dan Diabetes Melitus (TB-DM) di Indonesia, Dirjen P2P, Kemenkes RI.

Kemenkes RI, 2022. Pedoman Pelaksanaan Monitoring Kegiatan Transformasi Kesehatan Program Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. Dirjen P2P Kemenkes RI.

PERKENI, 2021. Pedoman Diagnosis dan Penatalaksanaan Hiperglikemia dalam Kehamilan

PERKENI, 2021. Pedoman Pemantauan Glukosa Darah Mandiri.

PERKENI, 2021. Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia.

PERKENI, K.P., 2011. Pencegahan Diabetes Melitus Tipe II di Indonesia.

PERKENI, P., 2020. Pernyataan Resmi dan Rekomendasi Pengangan Diabetes Mellitus di era Pandemi COVID-19.

Purwandari, H. and Setyobudi, M.K., 2016. 2 Hubungan perilaku diet dengan kadar gula darah pada penderita diabetes



melitus tipe II. Judika (Jurnal Nusantara Medika), 1(1).

Purwandari, H. and Susanti, S.N., 2017. Hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pada penderita DM di Poli Penyakit Dalam RSUD Kertosono. STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan, 6(2), pp.16-21.

Roglic, G., 2016. WHO Global report on diabetes: A summary. International Journal of Noncommunicable Diseases, 1(1), p.3.

Suryani, L. (2019). Effectiveness Of Home Visit On Drug Compliance In Adult Hipertens In Gadung Puskesmas Buol District. Journal of Applied Nursing and Health, 1(1 SE-Articles), 1–5. https://janh.candle.or.id/index.php/janh/article/view/75

WHO, 2021. The Global Diabetes Compact ; What You Need to Know

WHO,2012. Diabetes Fact Sheet, Regional Office South East Asia